

# **Primeros auxilios, RCP y DEA para adultos**

Referencia rápida



**Cruz Roja Americana**

# Contenido

	PANEL
Cómo revisar a un adulto enfermo o lesionado _____	<b>3</b>
RCP _____	<b>4</b>
DEA: adultos o niños _____	<b>5</b>
Atragantamiento en personas conscientes _____	<b>6</b>
Control del sangrado externo _____	<b>7</b>
Quemaduras _____	<b>8</b>
Envenenamiento _____	<b>9</b>
Lesiones en la cabeza, el cuello o la columna vertebral _____	<b>10</b>
Derrame cerebral _____	<b>11</b>

## Guía para los íconos utilizados en esta referencia:



Revise el lugar y a la persona.



Llame al 9-1-1.



Colóquese guantes desechables u otro EPP según corresponda.



Pasos siguientes

# Cómo revisar a un adulto enfermo o lesionado

## Parece estar inconsciente



### 1 COMPRUEBE EL NIVEL DE RESPUESTA

Dé palmaditas en el hombro de la persona y pónguele en voz alta: “¿Se siente bien?”



### 2 SI LA PERSONA NO RESPONDE, LLAME AL 9-1-1 O AL NÚMERO DE EMERGENCIA LOCAL Y PÍDALE A OTRA PERSONA QUE SOLICITE UN DEA

Si una persona inconsciente está boca abajo, voltéela hacia arriba, manteniendo la cabeza, el cuello y la espalda en línea recta.

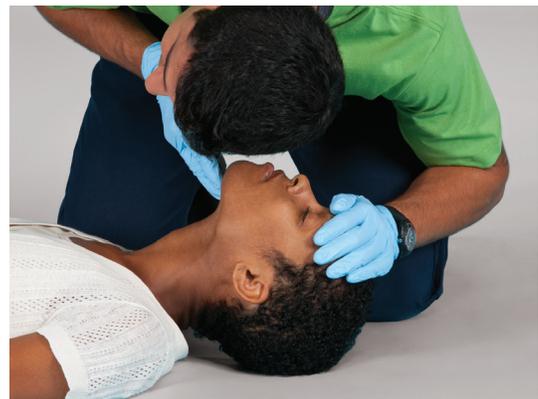
*Si la persona responde, pídale permiso y llame al 9-1-1 o al número de emergencia local para pedir ayuda en condiciones de peligro de muerte. Revise a la persona desde la cabeza hasta los pies y hágale preguntas para saber qué ocurrió.*

### 3 ABRA LA VÍA RESPIRATORIA

Incline la cabeza y levante el mentón.

### 4 COMPRUEBE SI HAY RESPIRACIÓN

Compruébelo durante un máximo de 10 segundos. Los jadeos ocasionales no son respiraciones.



### 5 REVISE RÁPIDAMENTE PARA VER SI HAY SANGRADO GRAVE



Si no hay respiración, dé RCP o utilice un DEA si tiene uno a mano. (Vea los paneles 4 y 5).

Si hay respiración, mantenga la vía respiratoria abierta y controle la respiración y cualquier cambio de estado.

# RCP

## No hay respiración



### 1 DÉ 30 COMPRESIONES EN EL PECHO.

Empuje fuerte y rápido en el centro del pecho, al menos a 2 pulgadas de profundidad y a una velocidad de 100 compresiones por minuto.

*La persona debe estar colocada sobre una superficie firme y nivelada.*



### 2 DÉ 2 SOPLOS DE RESPIRACIÓN DE SALVAMENTO

Incline la cabeza hacia atrás y levante el mentón. Apriete la nariz y forme un sello completo sobre la boca.

Sople dentro de la boca durante aproximadamente 1 segundo para hacer que el pecho se levante visiblemente.

Dé soplos de respiración de salvamento, uno después del otro.

*Si el pecho no se levanta con el primer soplo de respiración de salvamento, vuelva a inclinar la cabeza y dele otro soplo de salvamento.*

*Si con el segundo soplo no logra que el pecho se levante, es probable que la persona se esté atragantando. Después de cada ciclo subsiguiente de compresiones en el pecho y antes de intentar la respiración de salvamento, busque si hay algún objeto y, si lo hubiera, retírelo. Continúe con la RCP.*



### 3 NO PARE

Continúe los ciclos de RCP. No pare a menos que perciba alguna señal de vida evidente (como la respiración), haya un DEA listo para usar, sea relevado por otro socorrista capacitado o el personal del servicio médico de emergencia, usted se sienta demasiado agotado para continuar o la situación se vuelva insegura.



Utilice un DEA en cuanto sea posible. (Vea el panel 5).

Si en algún momento observa una señal de vida evidente, detenga la RCP y controle la respiración y cualquier cambio en la situación.

# DEA: adultos o niños mayores de 8 años de edad o que pesen más de 55 libras (30 kilos)

No hay respiración



## 1 ENCIENDA EL DEA

Siga los mensajes de voz y/o visuales.



## 2 SEQUE EL PECHO DESCUBIERTO DE LA PERSONA

Retire los parches de medicamento con los guantes puestos.

## 3 COLOQUE LOS ELECTRODOS

No utilice electrodos o equipos de DEA pediátrico en adultos o niños mayores de 8 años de edad o que pesen más de 55 libras (30 kilos).



## 4 ENCHUFE EL CONECTOR SI ES NECESARIO



## 5 APÁRTESE

Asegúrese de que nadie, incluido usted, toque a la persona.

Diga en voz alta: "Apártense todos".



## 6 DEJE QUE EL DEA ANALICE EL RITMO CARDÍACO

Presione el botón "analizar" si es necesario.



## 7 APLIQUE UNA DESCARGA, SI ES ACONSEJABLE

Asegúrese de que nadie, incluido usted, esté tocando a la persona.

Diga en voz alta: "Apártense todos".

Presione el botón de "descarga" si es necesario.

## 8 DÉ RCP

Después de aplicar la descarga o si no se aconseja aplicarla, realice aproximadamente 2 minutos (5 ciclos) de RCP y siga las indicaciones del DEA.

Si en algún momento observa una señal de vida evidente, detenga la RCP y controle la respiración y cualquier cambio en la situación.

Si hay dos personas entrenadas, una debe dar RCP mientras que la otra maneja el DEA.

# Atragantamiento en personas conscientes

No puede toser, hablar o respirar



## 1 DÉ 5 GOLPES EN LA ESPALDA

Incline a la persona hacia adelante a la altura de la cintura y dele 5 golpes en la espalda entre los omóplatos, con la parte inferior de la mano.



## 2 DÉ 5 PRESIONES ABDOMINALES

Coloque el puño con el pulgar hacia el centro del abdomen de la persona, justo sobre el ombligo. Cubra su puño con la otra mano. Dé 5 presiones abdominales rápidas y hacia arriba.



## 3 CONTINÚE CON LA ATENCIÓN

Continúe con repeticiones de 5 golpes en la espalda y 5 presiones abdominales hasta que el objeto sea expulsado, la persona pueda toser con fuerza o respirar, o pierda el conocimiento.



Si la persona queda inconsciente, brinde atención para personas inconscientes con atragantamiento y dé RCP (vea el panel 4).

# Control del sangrado externo



## 1 CUBRA LA HERIDA CON UN APÓSITO ESTÉRIL

---

## 2 APLIQUE PRESIÓN DIRECTA HASTA QUE CESE EL SANGRADO

---



## 3 CUBRA EL APÓSITO ENROLLÁNDOLO CON UNA VENDA

---

Compruebe la circulación (sensibilidad, temperatura y color) alrededor de la herida.



## 4 SI NO SE DETIENE EL SANGRADO, LLAME AL 9-1-1 Y APLIQUE MÁS PRESIÓN

---

Coloque más apósitos y vendas, y aplique más presión.

Adopte medidas para minimizar el estado de shock.

*Lávese las manos con jabón y agua después de brindar atención.*

# Quemaduras



## **1 ALEJE A LA PERSONA DE LA FUENTE DE LA QUEMADURA**

---

## **2 ENFRÍE LA QUEMADURA**

---

Enfríe la quemadura con agua fría del grifo al menos hasta que se haya aliviado el dolor.



## **3 CUBRA CON UN APÓSITO ESTÉRIL SIN APRETAR**

---



## **4 SI LA QUEMADURA ES GRAVE, LLAME AL 9-1-1**

---

Llame al 9-1-1 o al número de emergencia local si existen otras condiciones de peligro de muerte.

## **5 DÉ ATENCIÓN PARA EL ESTADO DE SHOCK**

---

# Envenenamiento



## **1 LLAME AL 9-1-1 O A LA LÍNEA GRATUITA DE CONTROL DE ENVENENAMIENTO**

---

Para condiciones de peligro de muerte (la persona está inconsciente o no respira, o el nivel de conciencia cambia), llame al 9-1-1 o al número de emergencia local.

Si la persona está consciente y alerta, llame a la línea gratuita del Centro Nacional de Control de Envenenamiento (National Poison Control Center) al 1-800-222-1222 y siga las indicaciones que le proporcionen.

## **2 BRINDE ATENCIÓN DE ACUERDO CON LAS SITUACIONES QUE SE PRESENTEN**

---

No induzca el vómito ni dé ningún alimento o bebida a la persona a menos que sea por indicación médica.

# Lesiones en la cabeza, el cuello o la columna vertebral



**1 LLAME AL 9-1-1 O AL NÚMERO DE EMERGENCIA LOCAL**

---

**2 MINIMICE EL MOVIMIENTO DE LA CABEZA, EL CUELLO Y LA COLUMNA VERTEBRAL**

---



**3 ESTABILICE LA CABEZA EN LA POSICIÓN EN LA QUE LA ENCONTRÓ**

---

Brinde apoyo a la persona, colocándole las manos a ambos lados de la cabeza.  
Si la cabeza está girada bruscamente hacia un lado, NO la mueva.

# Derrame cerebral

En caso de derrame cerebral, actúe rápido y verifique.



## 1 ACTÚE RÁPIDO Y VERIFIQUE

- Rostro: pídale a la persona que sonría.  
¿Se le cae un lado del rostro?
- Brazo: pídale a la persona que levante los brazos.  
¿No puede levantar un brazo?
- Habla: pídale a la persona que repita una oración simple (por ejemplo, “el cielo es azul”).  
¿La persona articula mal las palabras? ¿Puede repetir correctamente la oración?
- Hora: intente determinar cuándo comenzaron las señales. Llame al 9-1-1 de inmediato.  
Informe sobre la hora de inicio al personal del servicio médico de emergencia.



## 2 BRINDE ATENCIÓN DE ACUERDO CON LAS SITUACIONES QUE SE PRESENTEN

# ¡Consiga la aplicación gratuita de primeros auxilios de la Cruz Roja Americana!

Envíe un mensaje con la palabra “**GETFIRST**” al **90999** o busque “Cruz Roja Americana” en la tienda de aplicaciones de iTunes o de Google Play.



**Cruz Roja  
Americana**